

令和8年5月
大阪市立清水丘小学校

ほけんだより

新年度が始まって1か月が経ちました。新しいクラスには慣れてきましたか？緊張がとれて、疲れがでてくる頃かもしれませんね。また、昼と夜の気温差が大きく、体調を崩しやすい時期でもあります。朝ごはんをしっかりと食べて、よく寝て、元気に過ごしましょう。



そろそろ暑くなってきました

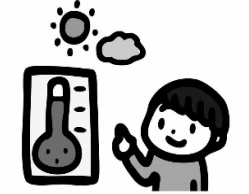
「まだ5月だから熱中症の心配はない。」と思っていないですか？体を動かすと気持ちのいい季節ですが、みなさんの体はまだ暑さに慣れていません。急に暑くなる日もあるので、熱中症には注意が必要です。

熱中症対策をして、本格的な夏に向けて、少しずつ体を暑さに慣らせていきましょう。

熱中症対策をしよう

ふくそうをきおんにあわせよう

天気予報をチェック



汗をかいたら、水分ほきゅう

ぼうしをかぶろう



○5月の健康診断

げつ	か	すい	もく	きん
				1 しりよく 視力 ねん (2年)
4	5	6	7 しりよく 視力 ねん (1年)	8 ちようりよく 聴力 ねん (5年)
11 じびかけんしん 耳鼻科検診 ねん (2・4・6年)	12 けんによう 検尿(全学年) しんぞうけんしん 心臓検診(1年)	13	14 ないかけんしん 内科検診 ねん (1・3・5年)	15 ちようりよく 聴力 ねん (3年)
18 ちようりよく 聴力 ねん (2年)	19 ちようりよく 聴力 ねん (1年)	20	21 ないかけんしん 内科検診 ねん (2・4・6年)	22
25	26	27	28 しかけんしん 歯科検診 ねん (1・3・5年)	29

じびかけんしん 耳鼻科検診	しかけんしん 歯科検診	ないかけんしん 内科検診
 みみはなびょうやいじょうが ないかをみまます。	 はしにくびょうやいじょうが ないかをみまます。	 えいようじょうたいしんぞう 骨や皮膚の様子をみまます。

健康診断の結果をお知らせしています

- かならず、家の人にわたして、いっしょに内容を見てください。
- 治療や検査が必要というお知らせをもらった人は、家の人と相談して、早めに病院でみてもらってください。

上半身は体操服1枚で行います。

検診中は、お静かに。